



SIDA LOO GARTO HADDII LA ISTICMAALAY WAXYEELEYAAL KIIMIKO AH

Deegaanka waxa lagu arko

- Dhir dhimatay
 - Kiimikooyinka qaarkood si dhakhso ah ayay u dilaan dirta, sidaa daraadeed caws, ubax, iwm., oo dhintay oo aan lahayn qaab caadi ah waxay tilmaami kartaa jirtaanka waxyeeleyaal kiimiko oo dagaal loo isticmaalay.
- Xasharaad dhintay/ma jiro xasharaad
 - Wawa laga yaabaa in waxyeeleyaasha kiimikada ahi ay dilaan ama eryaan xasharaadka ama cayayaanka; wawa laga yaabaa in waxyeeleyaasha dareemeyaasha waxyeela ay si dhakhso ah u hawlgalaan sidaa daraadeed wawa laga yaabaa in dhulka lagu arko xasharaad badan oo dhintay.
- Xayawaan dhintay ama dhimanaya
 - Badanaa kiimikooyinka waxyeelo u geysta bini'aadanka waxay kaloo saameeyaan xayawaanka, inkasta oo ay marmarka qaarkood u sameeyaan siyaabo iyo xawaare ka kuwan ka bini'aadanka. Haddii la arko kooxo xayawaan ah oo isku wakhti dhimanaya iyada oo aanay jirin sabab cad, waxay taasi tilmaamaysa weerar kiimiko.

Waxyeelooyinka

- Dad badan oo waxyeeloobay oo leh isku calaamado iyada oo aanay jirin dhaawac jidhka ah.
 - Kiimikooyinku badanaa isku wakhti ayay saameeyaan dadka, sidaa daraadeed waxyele kiimiko oo la sii daayay waxay u badan tahay inuu kooxo badan oo dad ah ku waxyeeleeyo goobaha u dhaw meesha lagu sii daayay. Waxyeeleyaasha mustadh (mustard) loo yaqaano iyagu sidaa way ka kuwan yihiin. Sababta oo ah wakhtiga u dhxeeyaa goorta soo-gaadhistaa iyo goorta soo-bixitaanka calaamadaha waxyelada mustadh, waxa suurogal ah in dadka waxyeeloobay lagu arko goobo kala duwan oo dadkaasi u kala safreen ka dib soo-gaadhistaa kiimikada, taasoo laga yaabo in la arko gudaha mudo ah dhawr saacadood.
- Dad badan oo waxyeeloobay oo leh qaabab gaar ah.
 - Kiimikooyinka loo isticmaalo cuntada ama cabbitaanku waxa kaliya ee ay saameeyaan dadka cunay ama cabbay waxa la sumeeyay; dhakhsaha hawlgalka sumaha intooda badan waxa uu kuu keeni doonaa dad waxyeeloobay oo joogo goobta wax lagu cunayo ama meel u dhaw iyada oo aan waxyelo soo gaadhin dadka aan waxba cunin (sida adeegyeasha, maqal-hayyeasha, iwm.).

- Kiimikooyinka loo faafiyo uumi ama neef ahaan waxay inta badan u dhaqaaqi doonaan dhinaca dabayshu u socoto haddii goobtu tahay dibadda, taasoo keenaysa in dadka ku aadan jidka ay kiimikadu sii marayso jiradaan.
- Kiimikooyinka loo faafiyo uumi ama neef ahaan gudaha dhisme waxay saameyn doonaan dadka soo galaya dhismaha.

Wax kale

- Urta
 - Ma aha mid caadi ahaan tilmaanteeda lagu kalsoonaan karo, sababta oo ah waxyaabaha keena waxyeelooyin waxay badanaa wataan ur noocyoo kala duwan; hase yeeshie, waxyeelyaasha qaarkood waxay leeyihiin ur lagu yaqaano.
- Waxyaabo aan sababtooda la garanaynin oo la dhigay meesha waxyeelo badani ka dhacday
 - Hoore dhibco ah ama hoore sida biyaha dhulka meel ku ururay iyada oo aanay jirin wax tilmaamaya roob da'ay ama waraabin meesha la waraabiyyay
 - Siigo ama budo
- Hawl buufin oo ka socota meelo aan ku haboonayn
 - Diyaarada buufisa beeraha oo lagu dul arko goob dad dagan yihiin ama shirkad ka shaqeysata beeraha guryaha oo buufinaysa baarkinka baabuurta
- Qalab laga baxsaday oo laga yaabo in loo isticmaalay buufin neef ama budo
- Qalab qarxaya oo aad moodid inuu si khalad ah ama si dafic ah u qarxayo, isagoo sii daynaya hoore ama adke (oo suurogal ahaan ah waxyeelyaal kiimiko)

Xusuuso: Mar kasta oo uu jiro qalab qarxaya, waxa laga yaabaa inay jiraan qarxeeyaa "labaad" oo loogu talogalay inay mar dambe qarxaan si ay u dhawacaan dadka gurmadda ah.

Wixii ah war dheeraad ah, wac North Dakota Department of Health (Waasaaradda Caafimaada ee Waqooyiga Dakota) oo leh lambarka 701.328.2378.